***Тренинг: «Поговорим?»***

**Участники:** дети дошкольного возраста и родители.

**Цель:** эмоциональное сближение родителей и детей.

**Задача:** усиление роли семьи в воспитательном процессе, улучшение отношений между детьми и родителями, повышение психологической компетентности родителей.

**Ход тренинга:**

1. Разминка-  **“Тыр-тыр, пулемёт”**

Необходимо громко, хором произнести детский стишок, сопровождая каждую строчку определёнными движениями. Произносить нужно по слогам:

ТЫР-ТЫР, ПУ-ЛЕ-МЁТ (сжатые кулаки выставить вперёд, в такт стихам “строчить” из воображаемого “максима”),

ВЫ-ШЕ КРЫ-ШИ СА-МО-ЛЁТ (руки прямые, в стороны, вращать вперёд, изображая “кукурузник” на вираже),

БАЦ! АР-ТИЛ-ЛЕ-РИ-Я (удар с размаху кулаком по собственной ладони),

СКА-ЧЕТ КА-ВА-ЛЕ-РИ-Я! (прыгать на месте, при этом повернуться вокруг своей оси и махать воображаемой саблей) Снятие усталости, в качестве “будильника” , приветствие участников, зарядить группу энергией.

1. Упражнение **«Продолжи предложения»**

Родители продолжают следующие предложения:

-больше всего в ребенке ценю

-мой ребенок

-я очень хочу

-я люблю своего ребенка

Дети продолжают следующие предложения:

-я уважаю родителей за то, что

-по-моему мнению, если бы родители

-если бы я мог

1. Упражнение **«Узнай своего ребенка»**

Каждому родителю завязывают глаза и он на ощупь должен выбрать своего ребенка

1. Упражнение **«О чем я мечтаю»**

Каждый член группы рассказывает о том, какие мечты появляются у него чаще всего и с чем они связаны. Рассказ идет по кругу. Психолог анализирует общие мечты родителей и детей.

1. Рефлексия
2. Презентация утверждений **«Настрой на уверенное поведение»**

Психолог открывает шкатулку “чудес” и дарит родителям и детям свитки с формулами - утверждениями Настрой на уверенное поведение, позитивное отношение к детям, к работе, к жизни.

*Позитивный настрой должен стать нормой жизни. Станьте крепостью любви и силы в жизни своих детей!*

Предлагаю примерный список позитивных утверждений, который вы можете использовать самостоятельно, как настрой на новый рабочий день:

- «Я замечательный друг»,

- «Я могу добиться всего, чего захочу»,

- «Я умею дружить»,

- «Мне всегда везет»,

- «У меня много друзей»,

- «Я все могу»,

- «Я хорошо сочиняю стихи»,

- «Я верю в свою силу»,

- «Я молодец»,

- «Все будет хорошо»,

- «Мне хорошо там, где я есть»,

- «Я рад(а), что я живу»,

- «Я уверен(а) в своей силе»,

- «Я радую людей своим появлением»,

- «Я просто прелесть и радость близких»,

- «Я всегда все делаю очень хорошо и буду делать еще лучше»,

- «Я приношу радость людям»,

- «Я счастлива всегда».

*Ищите, творите, пробуйте. Делайте Вашу жизнь веселее, проще и счастливее.*